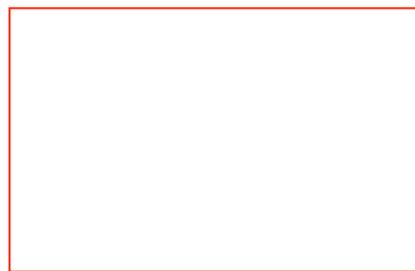




## VERRINES BETTERAVE ROUGE ET PATATE DOUCE

Retrouvez toutes nos recettes sur [www.panier-naturel.com](http://www.panier-naturel.com)



Facile	Coût faible
Préparation : 20 minutes	Cuisson : 0 minute
Pour 6 personnes	1 casserole, 1 mixeur, 6 verrines

### Ingrédients :

- 1 betterave rouge
- 2 tranches de saumon fumé
- 1 patate douce
- 20 cl crème fraîche
- 1 échalote, huile d'olive, sel, poivre, vinaigre, cumin, 1 citron, Aneth

### Préparation :

- 1 - Eplucher la patate douce, la couper en morceaux et faire cuire à l'eau bouillante salée pendant 10 minutes.
- 2 - Même opération pour la betterave avec 10 minutes de cuisson en plus suivant la taille.
- 3 - Couper l'échalote en petits morceaux, la mixer avec un peu de crème, sel, poivre, cumin, huile d'olive et vinaigre.
- 4 - Découper le saumon en petits morceaux et mélanger avec de l'aneth ciselé, du jus de citron et un peu de crème.
- 5 - Mixer la patate douce en purée en mélangeant avec un peu de sel, poivre et crème fraîche. Laisser refroidir.
- 6 - Mixer la betterave avec la préparation de l'échalote.
- 5 - Dresser les verrines en interposant les couches à votre convenance et décorer d'aneth et de zestes de citron.

**Merci de nous rendre uniquement les grands sacs en bon état.  
(Ceux en boules ou déchirés sont à jeter) Laisser également le trombone à sa place  
svp.**

Il est impossible de décaler un panier à partir du lundi matin, toute modification doit être faite le dimanche soir maximum.